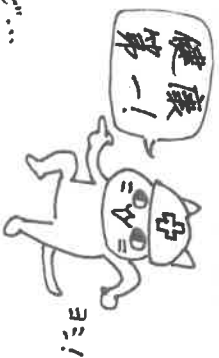


風邪に負けない体をつくろう!

1 食ハハ物

- ・ ビタミンCの豊富な食材
水菜、ほうれん草、セキナイ、ミカンなど...
- ・ ビタミンCは免疫力を強化するとても、ウイルスを撃退し
治療を早める働きがある!



2. 「手洗い」「うがい」

- ・ 手をぬぐうし、細かいところまで石鹸で石けんをしっかりと洗う。
- ・ うがいには2ステップ。
① 正面を向いたまま「アハアハ」と
② 顔を上下に向け、「カアカア」と1回15秒 ← 2〜3回でOK!!

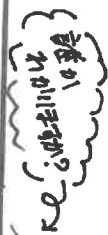
前進 No.2

会長は語る

オヌヌキスト勉強法!!!

。教科書を読み込む!

↳ 細かいところまで暗記すると...
社会: 何の出来事か? いつ起ったか
わかり、記号問題など
とまぜると便利



。提出物ははせぬに完ペキに!

↳ 提出物をはせぬにわからせて、
自信のない教科書を読んだら勉強
がきつくなる!



「オヌヌキスト」... 自分にあつた
勉強法を探してみよう!!!

校則改正の注意点

- ・ 登下校時はジャケットを着用しましょう
- ・ 上着を着着けていたとしても左胸の見える位置に
名札を着けてください
- ・ この改正によって、服装に幅ができまされた
この温に含ませて、防寒対策に
有効に使用してください

オヌヌキストの曲は...

中華で満腹です!!!



オヌヌキポイント) 謝辞の所や、你好の



所!
・ 1P-カーズのみなさんと一緒に
ールをやる所がバツと楽しいです!
<ぜひ、聴いてみてください!!!>

年々未だアツク!!!
度々重なる仲間で、週ごとの
貴方な生活を楽しんで、
寒さや負担を減らす、新校則を活用
して、風邪をひかないように。
頑張りましょう!

書記